

## 6 健康カレンダー



名称	とき	対象	ところ
予約制 血糖コントロール塾7.0会 健康相談・栄養相談・歯科相談	21日 午後1時30分～3時	HbA1c7%前後の方	保健医療センター
	24日 午前9時～正午	保健師・管理栄養士・歯科衛生士による相談を希望する方	

名称	とき	集合場所	内容
みんなで楽しく無理なく三谷歩こう会	13日 午前9時(雨天中止)	若宮公園時計塔前	季節を楽しむ海沿いコース
形原西浦の名所をめぐるウォーキング会	25日 午前9時30分(雨天中止)	双太山公園時計下	補陀寺・山麓園 あじさいコース

※自宅で検温し、マスク着用でご参加ください

## 健康大学糖尿病予防学部 ID 000020

健康推進課 ☎ 67-1151

### 通学コース(全4回)

- とき** 8月4日(木)、9月3日(木)、10月13日(木)、1月26日(木)  
午前10時～正午 ※9月3日(木)のみ午後2時～4時
- 対象** 市内在住・在勤の糖尿病の治療をしていない方
- 定員** 30人(定員を超えた場合は抽選) **受講料** 500円



健康なうちから糖尿病の知識や生活の工夫を学びたい人におすすめ!

### 専門コース(全5回)

- とき** 8月4日(木)、9月3日(木)、10月6日(木)、12月8日(木)、1月26日(木)  
午前10時～正午 ※9月3日(木)のみ午後2時～4時
- 対象** 市内在住・在勤の方で次のいずれかに該当する方  
①HbA1c6.5%以上または空腹時血糖126mg/dl以上  
②糖尿病の経過観察または治療中
- 定員** 20人(定員を超えた場合は抽選) **受講料** 1,000円



生活習慣を見直し、糖尿病の悪化・合併症を予防したい方はこちら!

### 【共通事項】

- ところ** 保健医療センター
- 申し込み** 7月14日(木)までに直接または電話で健康推進課へ。

## 再生医療の日めくりをダウンロードできます

産業政策課 ☎ 66-1211

ID 0262972

市では、再生医療のまちづくりを進めています。  
細胞を使って病気やケガを治す再生医療について学んでみませんか?

再生医療 日めくり 🔍

毎月くりかえし  
使えるよ!

